

# Inhalt

<b>Rückblick: Einführung Band 1</b>	<b>5</b>
<b>Einführung</b>	<b>9</b>
<b>1 Volleyball der Gegenwart – Technisch-taktischer Trend im (Männer-)Volleyball</b>	<b>11</b>
<b>2 Die Struktur</b>	<b>27</b>
2.1 Spielkonzept mit Außenangreifer in der Annahme	27
2.2 Volleyball verstehen – als Grundbaustein der Vermittlung	34
2.3 Spielverständnis entwickeln – als Grundpfeiler im Mannschaftsspiel	39
<b>3 Volleyball-Lernen in der Anforderungsstruktur des Spiels</b>	<b>47</b>
<b>4 Mosaik des Coaching</b>	<b>71</b>
4.1 Coachen beim Lernen und Trainieren	71
4.2 Umschalten als Leitidee (hier: Einsteigerausbildung und „Overload (rechts)“ aus dem K1)	80
4.3 Schnelligkeit	98
4.4 Blocken als zentrales Element im modernen Volleyball	104
4.5 Kooperation Block – Feldabwehr (Beispiel Strategieentwicklung im Beach-Volleyball)	123
4.6 Planung, Gestaltung und Dosierung des Krafttrainings	144
<b>5 betreuen – fördern – fordern oder: Optimierung der individuellen Ressourcen</b>	<b>159</b>
Symbole, Abkürzungen, Fachbegriffe	193